

L'aisance aquatique : la conquête d'un domaine caractérisé par son action perceptive où l'enfant peut évoluer en toute sécurité affective et objective.

Frédéric LEFEVRE

*Directeur de l'Institut Coopératif
de l'Apprentissage,
de la Recherche et de l'Enseignement*

Ancien professeur de sport

M.N.S.

Double finaliste Olympique Natation

Définition de l'aisance aquatique

Du point de vue étymologique « aise » signifie « espace vide à coté de quelqu'un ». C'est le premier sens proposé par le dictionnaire étymologique du Centre National de Ressources Textuelles et Lexicales¹.

La seconde acception du mot proposée par le même dictionnaire est dérivée de l'adjectif d'origine latine *adjacens* qui signifie « se trouvant à proximité » (en latin médiéval *in aiace* « dans le voisinage de »).

Par conséquent, l'aise est liée à la notion d'espace et d'espace vide, donc d'espace disponible. Concomitamment cet espace doit être à proximité d'un tiers car la notion de sécurité est intimement liée à la dimension sociale. L'être humain n'est pas en sécurité, ni affective ni objective, quand il est seul.

Le champ lexical qui circonscrit « l'aisance aquatique » invite à penser qu'il s'agit d'un état à atteindre et non sémantiquement d'une compétence à viser.

A ce titre elle peut se définir comme l'état d'une personne ayant par l'action découvert que son corps est flottant et que par choix, elle peut entrer dans le milieu aquatique proximal de différentes manières et à différents endroits, de s'y réorganiser, de s'y orienter et de s'en extraire commodément (sans gêne).

Remplissage, engloutissement, équilibre

Un organisme vivant présente toujours une structure organisée qu'il s'attache à préserver et à développer. Il ne réagit aux actions du milieu qu'en fonction de cette structure. La structure

¹ Créé en 2005 par le CNRS (Centre national de la recherche scientifique), le CNRTL fédère au sein d'un portail unique, un ensemble de ressources linguistiques informatisées et d'outils de traitement de la langue. Le CNRTL intègre le recensement, la documentation (métadonnées), la normalisation, l'archivage, l'enrichissement et la diffusion des ressources. La pérennité du service et des données est garantie par l'adossément à l'UMR ATILF (CNRS – Nancy Université), le soutien du CNRS ainsi que son intégration dans le projet d'équipement d'excellence ORTOLANG.

que le nageur débutant s'attache à préserver est la structure du terrien qu'il a obstinément consolidé depuis sa naissance.

Donc le problème pour lui dans l'immersion d'un nouveau substrat est celui de connaître ce dernier et de se reconnaître « dans » lui pour pouvoir y évoluer. Les règles auxquelles il doit se soumettre dans la construction de la représentation de son espace d'action sont les mêmes règles qui gouvernent le développement de l'enfant dans sa longue recherche de la station debout.

Une exacte interdépendance entre l'espace subjectif et l'espace disponible, où les choses sont rencontrées et sont perçues, est donc une condition sans laquelle il n'y aurait pas d'adaptation possible aux objets et aux buts de l'activité motrice. Les liaisons existent dès les réactions les plus élémentaires entre l'activité visuelle et l'activité posturale, qui tient le mouvement en puissance. La vue est ce qui met dans le monde des choses un ordre spatial exact, ce qui permet d'identifier objectivement leurs rapports et leur structure. L'enfant commence par être complémentaire de son entourage ou, inversement plutôt, son entourage n'est que son complément. Cette liaison procède d'une confusion initiale et de différenciations progressives, elle n'a pas à être établie après coup entre séries déjà constituées et parfaitement hétérogènes l'une de l'autre. La kinesthésie ne peut se constituer à l'état de sensibilité spécifique qu'en reflétant ses effets dans une autre qui lui soit concomitante. Il ne peut y avoir identification du corps propre sans identification simultanée des objets extérieurs. La série kinesthésique a besoin, pour délimiter son domaine, de références dans la série visuelle. Le schéma corporel n'est pas seulement somatique, il exprime aussi les réflexes de défense et le dynamisme moteur. Il répond à ces deux formes du mouvement. Il s'annexe l'étendue d'espace nécessaire à leur paisible et libre déploiement. La découverte des rapports entre l'espace corporel et le monde extérieur se poursuit sous des formes diverses et de plus en plus complexes suivant l'âge de l'enfant, avec une sorte de persévérance et d'acharnement remarquables.²

Or, dans l'eau, l'enfant, pour reconstruire sa représentation a besoin de connaître le « contenant », seul lien possible entre le monde qu'il connaît du solide, et l'eau qui lui échappe. Une fois qu'il aura établi par le sens du toucher les limites du « contenant », le bassin, ayant déterminé qu'il s'agit d'un espace fini, il pourra s'engager à la connaissance du « contenu », l'eau. Etant défini que la connaissance du « contenu » sera obtenue quand il y aura l'acceptation complète de l'action de l'eau sur le corps sans aucune réaction.

Nous sommes confrontés à deux objectifs à atteindre à ce stade de l'adaptation au nouveau du substrat : une remontée réellement passive et une immersion des voies aériennes avec la bouche grande ouverte, pas de bouchons nasaux et sans se vider. Souffler quand la tête se trouve immergée signifie qu'on a pas déstructurée la représentation de l'eau qui rentre dans le corps si on ne fait rien pour l'en empêcher.

Pour aller découvrir le fond du bassin il aura été obligé de s'immerger et d'acquérir un temps d'immersion suffisant pour se laisser remonter sans action motrice. L'envie de

2 Henry Wallon, *Kinesthésie et image visuelle du corps propre*, in "Enfance", numéro spécial 34, mai-octobre, 1959, pp. 252 -263.

s'immerger sera la conséquence du besoin presque incontournable pour l'être humain d'unifier l'espace d'action (là où mon corps agit) et l'espace de vision (ce que je peux voir).

Obtenu et consolidé sa capacité à la remontée passive et à l'immersion complète sans nécessité de se boucher (par vidange ou par aucun autre moyen), l'enfant a résolu le problème psychologique du nageur. Il a combattu et gagné sa bataille contre les peurs du remplissage et de l'engloutissement.

Il y encore un autre problème auquel se confronter et qui représente le lien entre la dimension organique de la construction du nageur et la dimension culturelle. Il s'agit du problème de l'équilibre. Henri Wallon indique que : « La peur tire ses origines, comme toute autre émotion, de réactions élémentaires, dont le point de départ est une sensibilité organique. »³ Il indiquait également « le rapport en quelque sorte spécifique qui existe entre les réactions d'équilibre et la peur [...] comment de proche en proche ses effets et ses motifs se ramènent à un dérobement d'équilibre, à une brusque incertitude sur l'attitude à prendre. »⁴

L'équilibre du terrien est un équilibre instable, cela signifie qu'il doit agir en permanence pour conserver sa station debout, confronté à la pesanteur. En revanche, l'équilibre du nageur est stable, c'est à dire que après perturbation, le corps retrouve sa position initiale puisque les forces qui agissent sur lui se compensent. La somme de ces forces, la pesanteur et la poussée d'Archimède, est nulle. Une conséquence importante de l'action combinée des forces est le fait que la personne dans l'eau, en choisissant sa forme, et donc en déplaçant le point d'application de la force, il engendre une rotation qui lui permet de s'orienter.

Nous sommes encore confrontés à l'aspect psychologique parce que l'être humain dans l'eau, malgré sa situation d'équilibre stable, réagit comme un terrien avec des réflexes de redressement. Une fois inhibés ces réflexes, la construction du corps flottant est achevée. L'enfant peut décider d'aller dans l'eau, ce nouveau domaine qui lui était inconnu, se laisser remonter, se réorienter, y rester sans rien faire, choisir une forme pour se donner une orientation, se diriger quelque part sans soucis d'immersion ou d'agitation. Il aura donc intégré un espace disponible pour évoluer, il sera à l'aise.

C'est à partir de cette possibilité de choisir (forme, direction, action) qu'il sera confronté à la dimension culturelle de la natation, les nages, la technique. La technique, selon une définition d'Aurélien Fabre, est l'expérience individuelle dépersonnalisée, transmise et capitalisée, une manière de faire séparée de ses raisons de faire, l'acte dépouillé de ses motifs. La technique est la façon de faire des meilleurs figée dans des règlements. La technique, par sa rigidité, s'oppose ainsi directement au caractère novateur de l'activité individuelle d'adaptation.

3 Wallon, Henri, *Les origines du caractère chez l'enfant. Les préludes du sentiment de personnalité*, Boivin & Cie, Éditeurs, Paris, 1934.

4 *Idem*

Pédagogie de la réussite en action et didactique fonctionnelle

La définition d'aisance aquatique proposée, nous impose des choix, l'une d'ordre pédagogique, l'autre d'ordre didactique.

Pour ce qui concerne la pédagogie, ce qui impose une obligation est la nécessité de mettre en relation l'enfant et le nouveau milieu. Cela doit se faire par l'action et en particulier par la réussite en action.

Donc il faut absolument que l'environnement ne soit pas altéré dans ses caractéristiques fondamentales : la grande profondeur et le manque d'appuis solides. Pour préciser, la grande profondeur correspond à la taille de l'enfant plus son bras, dimension qui lui permettra d'accéder au fond du contenant pour dépasser la peur de l'engloutissement. Sans matériel signifie que l'enfant ne doit pas se mettre en relation au nouveau substrat avec des aides à la flottaison, ni matériel, ni manipulation. C'est l'être humain qui doit s'adapter à l'eau, parce que l'eau ne s'adaptera jamais à l'être humain.

Du point de vue didactique, cette définition de l'aisance aquatique comporte une série de passages obligés pour obtenir sa construction et sa consolidation :

- s'engager dans le nouveau milieu (bassin grand profondeur en relation à la taille de l'élève)
- se déplacer avec le plus grand nombre possible de contacts de différentes parties du corps avec les parois du contenant (bassin)
- immersion des voies aériennes
- augmentation du temps d'immersion (5 secondes)
- découverte du fond du contenant
- augmentation du temps d'immersion (10 seconds)
- remontée passive, sans impulsion, mouvements ou agitation
- s'éloigner du bord et revenir au bord
- chuter ou sauter dans l'eau et revenir au bord
- choisir sa forme pour s'orienter de différentes façons (en boule, sur le ventre, sur le dos)
- se déplacer sur une distance plus importante (10 mètres) avec des solutions spontanées de ventilation).

En sachant que dans la réalité il n'y a pas un ordre contraint des passages obligés (il peut s'avérer par exemple qu'un élève soit capable de s'éloigner du bord sans être capable de rester sans bouger). Mais dans la construction il faudra aborder les passages dans l'ordre logique parce que cela correspond à la définition même de passage obligé, étape que l'on ne peut éviter, qui rend possible ce qui suit. On ne peut pas proposer les éléments de façon isolée, mais il faut le proposer dans l'ordre hiérarchique et chronologique imposé par les relations fonctionnelles entre eux.

Sécurité active

La position de l'individu est profondément modifiée par le fait social. Celui-ci pèse sur lui de deux manières : par la technique et par l'idéologie.

Si la technique est intimement liée à la dimension culturelle, l'idéologie en revanche a une dimension fortement connexe à l'individu. Elle est : « les produits de la pensée spéculative appliquée à satisfaire ce besoin qu'a toujours eu l'homme de comprendre pour agir, de placer les données d'une situation actuelle dans les perspectives d'une situation

générale et permanente qui lui donne son sens »⁵. En effet idéologie n'est qu'un « monde imaginé substitué au monde réel que l'homme social trouve devant lui quand il veut agir dans le monde réel. [...] Par la pensée spéculative organisée en mythes ou systèmes, l'homme a construit une représentation du monde en projetant hors de lui ses besoins, ses tendances et ses désirs. [...] Par l'intermédiaire du statut social, la technique est subordonnée à l'idéologie. »⁶

Il arrive que l'idée du danger se trouve dans le domaine de la représentation idéologique (subjective, individuelle ou collective) non objective. Cette représentation du risque empêche la véritable connaissance du risque et donc de la sécurité objective.

Réaliser, sans risque objectif, une expérience réussie dans le nouveau domaine permet à l'individu de se construire une vraie connaissance de la réalité. En confrontant la représentation idéologique (mon corps coule) avec le réel (si j'accepte l'action de l'eau mon corps flotte) on permet à l'enfant très rapidement de structurer son autonomie, sa capacité à décider de s'engager et d'évoluer dans un nouveau substrat.

Pour développer une sécurité active il faut laisser ou inciter l'enfant à prendre des risques (subjectifs) en toute sécurité (objective), évaluer constamment les conséquences des actions et informer l'individu des dangers réels. La conséquence immédiate de sa pratique sera sa capacité à ne pas se noyer et à se sauver le cas échéant.

« Construire le corps flottant, action de l'eau sur le corps, c'est construire activement la sécurité du futur nageur et l'armer pour entrer dans la construction active de sa natation : ce que produisent les actions du corps sur l'eau. Et la conscience qu'il en aura »⁷.

Citoyenneté

Citoyen est l'homme qui est capable d'assumer son rôle dans la société. L'enfant qui peut choisir d'aller dans l'eau et d'y évoluer, parce que il peut s'en extraire, a un espace d'action disponible plus que redoublé. Il gagne en confiance en lui-même. Cette confiance qu'il obtient est incommensurable. De ce fait sa personnalité s'épanouit visiblement et sans cesse.

Mais l'aspect le plus important de l'acquisition de l'aisance aquatique c'est le fait qu'à partir de ce moment il contribue à augmenter le niveau de sécurité global de la société. Il ne se met pas en risque et il sera de plus en capacité d'aider les autres.

La fonction de l'aisance aquatique prend son sens alors dans sa contribution à l'évolution de l'homme et, à travers lui, à l'évolution de la société.

1) Bibliographie

Catteau, Raymond, *La natation de demain*, Atlantica, Biarritz, 2015, 2^{de} édition ;

Catteau, Raymond, *Présentation lors du Séminaire de Natation de Dinard*, Dinard, 2010.

Galifret-Granjon, Nadine, *Naissance et évolution de la représentation chez l'enfant : étude historique et critique, préface de Rene Zazzo*, Presses universitaires de France, Paris, 1981 ;

5 Fabre, Aurélien, *L'école active expérimentale*, Presses universitaires de France, Paris, 1972.

6 *Idem*

7 Catteau, Raymond, *Présentation lors du Séminaire de Natation de Dinard*, Dinard, 2010 .

Éloi-Roux, Véronique et Maudet Thierry, *Pour une stratégie globale de lutte contre la noyade*, rapport interministériel, 2019 ;

Fabre, Aurélien, *L'école active expérimentale*, Presses universitaires de France, Paris, 1972 ;

Wallon, Henri, *Les origines du caractère chez l'enfant. Les préludes du sentiment de personnalité*, Boivin & Cie, Éditeurs, Paris, 1934 ;

Wallon, Henri, *Kinesthésie et image visuelle du corps propre*, in "Enfance", numéro spécial 34, mai-octobre, 1959, pp. 252 -263 ;